



Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



Datos de interés sobre el nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19)

La Colombia Británica ha declarado el estado de emergencia y la situación de emergencia para la salud pública. Los funcionarios de salud pública de la provincia están vigilando de cerca la situación a medida que evoluciona, y seguirán informando al público según cambien las medidas de respuesta en B.C.

Si tiene preguntas sobre el COVID-19 que no son de carácter médico, llame al 1-888-COVID19. Llamando a este número, puede obtener acceso a apoyos y a recursos del Gobierno Federal y Provincial. Puede contactar con los representantes del servicio los siete días de la semana, de 7:30 a.m. a 8 p.m. La información está disponible en más de 110 idiomas.

Para obtener más información y las últimas actualizaciones sobre el nuevo coronavirus (COVID-19), siga al BC Centre for Disease Control (Centro para el control de enfermedades de B.C.) en Twitter @CDCofBC o visite su sitio web: <http://www.bccdc.ca/covid19>. Para ver los últimos comunicados del Gobierno sobre el COVID-19, visite el sitio web Noticias del Gobierno de B.C. — Ministerio de Salud: <https://news.gov.bc.ca/ministries/health>

Hay diversas ayudas disponibles para aquellas personas que se han visto afectadas por el COVID-19. Para obtener más información, visite: https://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support?utm_campaign=20200319_GCPE_AM_COVID_4_NOTIFICATION_BCGOV_BCGOV_EN_BC_NOTIFICATION

Para consultar los apoyos disponibles para la salud mental y ansiedad, visite: www.bouncebackbc.ca o www.anxietycanada.com

Para ver las órdenes, avisos y directrices del Oficial Provincial de Salud, visite: www.gov.bc.ca/phoguidance

Realización de pruebas

Cualquier persona que crea que puede haber estado expuesta al virus o que presente síntomas del coronavirus (fiebre, tos, dolor de garganta o estornudos) debe usar la herramienta de autoevaluación de B.C. en línea para síntomas de COVID-19 en: <https://covid19.thrive.health/> con el fin de determinar si necesita hacerse la prueba.

En B.C. estamos ampliando el acceso a las pruebas de detección del COVID-19 a medida que pasamos a la siguiente fase de nuestra estrategia de realización de pruebas. Esto significa que cualquier residente de la Colombia Británica que presente síntomas compatibles con los de un resfriado, gripe o COVID-19 ahora puede ser evaluado y un médico, enfermera, o un centro comunitario local de recogida de muestras puede realizarle la prueba de detección. A menos que un oficial médico o proveedor de asistencia sanitaria recomienden que se realice la prueba, una persona asintomática no necesita hacérsela, incluso si ha estado en contacto con un caso confirmado o con un viajero que ha regresado.

Llame con anticipación al centro de salud que planea visitar para que se puedan preparar y tomar precauciones necesarias. Si se trata de una emergencia, al llegar al establecimiento, describa sus síntomas, historial de viaje, y si ha estado en contacto con alguien enfermo, para que se puedan tomar las precauciones necesarias.

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

If you have fever, a new cough, or are having difficulty breathing, call 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



Puede obtener más información sobre las ubicaciones de los centros de recogida de muestras en toda la provincia aquí: <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/testing>.

Rastreo de contactos

El 12 de agosto, el Gobierno de B.C. anunció que contrataría a aproximadamente 500 profesionales sanitarios adicionales para incrementar el rastreo de contactos en la Colombia Británica, ayudando así a mantener a las comunidades a salvo según prosigue con su plan de reactivación por COVID-19. Para obtener más información, visite <https://news.gov.bc.ca/releases/2020PREM0044-001510>

El rastreo de contactos es una herramienta importante para diagnosticar a aquellas personas que puedan tener el COVID-19 y prevenir la propagación del virus en su comunidad.

Si usted es un contacto de un caso confirmado, un miembro del equipo de salud pública le contactará para comunicarle que puede haber estado expuesto al virus. Si presenta síntomas, se le realizará una prueba de detección. Si no presenta síntomas, se le pedirá que se autoaisle, de tal forma que si desarrolla el COVID-19 no se lo transmita a otros en la comunidad.

Si se enferma, puede ayudar comunicándole a la salud pública con qué personas se ha reunido, es decir, sus contactos.

Para obtener más información sobre el rastreo de contactos, visite <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/self-isolation/contact-tracing>

Autoaislamiento

Las personas que llegan a Canadá tras un viaje internacional deben quedarse en casa, autoaislarse durante 14 días, monitorizar de cerca sus síntomas y los de sus hijos para detectar si hay signos de enfermedad. El Gobierno de Canadá llevará a cabo controles aleatorios para verificar el cumplimiento de este requisito. Además de autoaislarse durante 14 días, todos los viajeros internacionales que regresan a B.C. están obligados por ley a elaborar un plan de autoaislamiento que debe ser revisado por las autoridades del Gobierno Provincial antes de que los viajeros puedan volver a casa. Para obtener más información, visite: <https://gov.bc.ca/returningtravellers>.

Si presenta síntomas de un resfriado común o de gripe, o síntomas compatibles con los del COVID-19, debe autoaislarse en casa durante un mínimo de 10 días desde el momento del comienzo de los síntomas y hasta que sus síntomas hayan desaparecido por completo.

Para obtener más información sobre cómo autoaislarse, visite <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/testing-isolation>

Cómo mantenerse a salvo

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



El progreso de B.C. en la lucha contra el COVID-19 es el resultado directo de los sacrificios y de las decisiones que todos hemos tomado. Para seguir protegiendo a las personas de la tercera edad y a las personas en riesgo, y para asegurar que el sistema sanitario de B.C. pueda responder adecuadamente ante este peligroso virus, todas las personas deben seguir haciendo su parte, tanto en casa como en la comunidad y en el trabajo.

Además del distanciamiento físico, otras cosas importantes que puede hacer para evitar la infección son las siguientes:

- Reúname solo en grupos pequeños de entre 2 y 6 personas, y mantenga la distancia física.
- Quédese en casa y aléjese de los demás si tiene síntomas de resfriado o gripe, incluyendo tos, estornudos, secreción nasal, dolor de garganta y fatiga.
- Si corre un mayor riesgo (tiene más de 60 años de edad o afecciones médicas subyacentes), infórmese de su riesgo, analice bien su tolerancia al riesgo y tome precauciones adicionales.
- No dé la mano ni abrazos a personas que no pertenecen a su unidad familiar.
- Lávese las manos frecuentemente con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos.
- Si no tiene acceso a un fregadero, puede usar desinfectantes de manos a base de alcohol para limpiarse las manos, siempre y cuando no estén visiblemente sucias. Si están visiblemente sucias, use una toallita húmeda primero y después el desinfectante de manos para limpiarlas con eficacia.
- No se toque la cara, los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Al estornudar o toser, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel o con el pliegue del codo.
- Limpie y desinfecte con regularidad las superficies que se tocan frecuentemente.
- Si está sano, el uso de una mascarilla de tela es una elección personal. No se ha demostrado que llevar una mascarilla no médica en la comunidad proteja a la persona que la lleva. Las mascarillas médicas y los respiradores N95 deben estar reservados para los trabajadores sanitarios. Cualquier tipo de mascarilla, independientemente de la efectividad de su filtración o sellado, tiene una eficacia mínima si no se usa junto con otras medidas preventivas, como el lavado de manos frecuente, el distanciamiento físico y el no tocarse la cara.

Qué hacer si está enfermo

Si desarrolla síntomas parecidos a los de un resfriado, gripe o COVID-19, use la herramienta de autoevaluación en <https://covid19.thrive.health/> para que le ayude a determinar si necesita que un médico, enfermera o un centro local de recogida de muestras le realice una evaluación adicional en relación con la prueba de detección de COVID-19.

Visite <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/about-covid-19/if-you-are-sick> para ver más detalles sobre cómo detener la propagación de los gérmenes, qué hacer si sus síntomas empeoran y cómo finalizar el autoaislamiento.

Plan de reactivación de B.C.

El 6 de mayo, el Gobierno de B.C. presentó su Plan de reactivación. La reactivación en B.C. consistirá en un proceso cuidadoso, dividido por fases, para asegurar que nuestro esfuerzo y sacrificio colectivo no hayan sido en vano.

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



A las organizaciones se les pide que desarrollen protocolos actualizados que estén en línea con las Directrices de Salud y Seguridad Pública. Un comité con viceministros de varios ministerios monitorizará el proceso y garantizará que, en su conjunto, estos protocolos estén en línea con las Directrices de Salud y Seguridad Pública y WorkSafeBC. A lo largo del proceso de evaluación, el Oficial Provincial de Salud seguirá aportando sugerencias y consejos, según sea necesario.

Si siguiendo las directrices del Oficial Provincial de Salud, la Provincia se encuentra ahora lista para pasar, de manera gradual y segura, a la fase 3 del Plan de reactivación de B.C.

La fase 3 permite que se realicen más tipos de actividades, pero la manera en la que las personas interactúan entre sí no cambia. Pasar a la fase 3 no significa que las personas pueden dejar de hacer aquello que previene la transmisión del COVID-19, tales como el distanciamiento físico, reuniones solo en grupos pequeños, lavado frecuente de manos, y quedarse en casa cuando se está enfermo.

Al igual que sucede con otras actividades durante la pandemia por COVID-19 en B.C., este año las vacaciones de verano y los viajes serán un poco diferentes. Los residentes de la Colombia Británica deben ser respetuosos con las comunidades a las que viajan y mantenerse a salvo mientras disfrutan de los numerosos lugares hermosos de toda la provincia.

Si este verano va a hacer un viaje por carretera, practique las reglas que sigue en casa y siga la guía para los “buenos modales al viajar” de la Dra. Bonnie Henry: revise antes de irse; menos personas en lugares más espaciosos; si está enfermo/a quédese en casa; lávese las manos; mantenga la distancia física segura; vaya preparado/a y traiga suministros; respete todos los avisos para los viajeros.

Para ver más información sobre el Plan de reactivación y cuándo abrirán los comercios, visite:

<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support/bc-restart-plan>

Información sobre mascarillas

Las mascarillas se pueden llevar para proteger a las personas a su alrededor, y aquellos que están enfermos deberían llevarlas.

Una mascarilla no médica o una cobertura facial actúa como barrera y ayuda a impedir que las gotitas que salen de la boca y la nariz cuando se habla, tose o estornuda entren en el aire y se posen sobre otras personas o superficies a su alrededor.

Aunque las mascarillas no médicas y las coberturas faciales son útiles para contener sus propias gotículas, no le protegerán del COVID-19. Las mascarillas y coberturas faciales no sustituyen la práctica de mantener una distancia segura de 2 metros de otros cuando esté en el exterior, un lavado regular y minucioso de las manos, y el quedarse en

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



casa cuando esté enfermo. Son solo otra herramienta de protección que puede usar para ayudar a detener la propagación de gérmenes.

Las mascarillas médicas y los respiradores N95 deben estar reservados para los trabajadores sanitarios. Durante los procedimientos médicos en los que se pueden generar aerosoles (por ejemplo, al administrar ciertos medicamentos inhalados o durante una intubación), los trabajadores sanitarios llevan mascarillas especializadas y equipos de protección individual (EPI) que constituyen una barrera contra enfermedades infecciosas como el COVID-19.

Si decide llevar una mascarilla no médica o una cobertura facial, es importante que no se toque la cara mientras la tiene puesta. Puede producirse una falsa sensación de seguridad y es probable que se incremente el número de veces que una persona se toque la cara. Hay un riesgo potencial de infección debido a un uso incorrecto, una colocación inadecuada o al ponérsela y quitársela.

Para consultar las directrices y obtener más información sobre quién debería usar una mascarilla y sobre mascarillas caseras, visite: <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/prevention-risks/masks>

Información para viajeros internacionales

No se permite la entrada a Canadá a los visitantes internacionales, salvo a los diplomáticos y las tripulaciones de vuelo y a los familiares directos de los ciudadanos canadienses o residentes permanentes. Desde el 21 de marzo, el Gobierno Federal también ha anunciado una restricción temporal para cualquier tipo de viaje no esencial entre Canadá y los Estados Unidos.

Solo está permitido el tráfico esencial entre Canadá y los EE. UU.: los canadienses y los estadounidenses que necesitan cruzar la frontera para realizar trabajos esenciales, o por otras razones urgentes, pueden viajar. Esto incluye el transporte en camiones, lo que permite que los alimentos, el combustible y los medicamentos circulen entre Canadá y los EE. UU.

A menos que usted esté exento, todas aquellas personas que regresen a B.C. deben autoaislarse durante 14 días, lo que significa que no pueden ir al lugar de trabajo, deben quedarse en casa y limitar su contacto con los demás. Todos los viajeros internacionales que regresan a B.C. están obligados por ley a elaborar un plan de autoaislamiento que debe ser revisado por las autoridades del Gobierno Provincial antes de que los viajeros puedan volver a casa. También deben completar la aplicación federal "ArriveCAN" antes de su llegada o al regresar a B.C. Para obtener más información, visite: <https://gov.bc.ca/returningtravellers>.

Mientras esté en autoaislamiento, monitoree de cerca su salud y la de sus hijos prestando atención a síntomas parecidos a los del resfriado común o la gripe, como tos, estornudos, dolor de garganta, fiebre o dificultad para respirar. Si empieza a presentar síntomas, use la herramienta de autoevaluación de B.C. en línea para síntomas de COVID-19 en: <https://covid19.thrive.health/> con el fin de determinar si necesita hacerse la prueba.

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



Los viajeros que llegan a Canadá por cualquier vía (tierra, mar y aire) son evaluados. Para obtener más información, visite el sitio web del Organismo de Salud Pública de Canadá: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/canadas-reponse.html#acb>

Para obtener más información sobre las medidas del Gobierno Federal en lo que respecta a las fronteras canadienses, visite su sitio web en: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/canadas-reponse.html#acb>

Actos y concentraciones públicas

El Oficial Provincial de Salud alienta a todas las personas a practicar el distanciamiento físico para limitar la propagación del COVID-19. Estos esfuerzos no serán para siempre, pero es importante hacerlos ahora. Puede ir de compras al supermercado y realizar actividades durante las que puede mantener el distanciamiento físico con respecto a otras personas.

Desde el 16 de marzo, el Ministerio de Salud y el Oficial Provincial de Salud han emitido una orden de prohibición de reuniones de más de 50 personas. Esto incluye eventos deportivos al aire libre y en interiores, conferencias, reuniones, actos religiosos, autocines y otros eventos similares. Se ha seleccionado este límite ya que permite con mucha más facilidad que se mantenga el distanciamiento físico para evitar la propagación del COVID-19.

En ámbitos en los que se reúna con amigos y familiares, se alienta a todo el mundo a tomar medidas para limitar la transmisión del COVID-19, tales como reunirse en grupos pequeños, mantener el distanciamiento físico, quedarse en casa si no se siente bien o si tiene síntomas, y lavarse las manos de manera frecuente.

Es importante que los residentes de la Columbia Británica respeten las órdenes del Oficial Provincial de Salud. Estas órdenes protegen a las personas más vulnerables en B.C., al sistema de salud, y a los profesionales sanitarios, que están realizando una tarea extremadamente difícil en estos momentos. Se trata de medidas temporales que tendrán un impacto positivo a largo plazo.

Para obtener más información sobre las reuniones religiosas, visite: <https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/health/about-bc-s-health-care-system/office-of-the-provincial-health-officer/covid-19/covid-19-pho-guidance-faith-based-organizations.pdf>

Bodas

Los oficiantes de bodas pueden elegir si proceden o no con las bodas, según lo que consideren adecuado. Estos profesionales pueden solicitar que el número de personas presentes en la ceremonia quede limitado a cinco personas: la pareja y dos testigos.

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



Si no se practica el distanciamiento social, los oficiantes de bodas pueden negarse a continuar hasta que la ceremonia se pueda gestionar de una manera adecuada. En este momento no se deben planear bodas con un gran número de invitados.

Para obtener más información sobre las bodas, visite: <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/life-events/marriage/marriage-commissioners>

Escuelas

A medida que el COVID-19 empezó a propagarse, todos los gobiernos tomaron medidas para reducir el aprendizaje presencial. Para la mayoría de los residentes de la Colombia Británica con niños pequeños esto supuso tener que quedarse en casa para cuidar de sus hijos. Un paso importante en la recuperación de B.C. es el regreso de los niños a las aulas de clase, para que los padres puedan volver a sus lugares de trabajo.

El COVID-19 tiene una baja tasa de infección en niños y la mayoría de los niños no corren un alto riesgo. En septiembre de 2020 todas las escuelas volverán a abrir en fase 2 de las cinco fases del marco para la educación de K-12.

Para obtener la información más actualizada sobre la educación y las escuelas de K-12 para padres, estudiantes y administradores escolares, visite: <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/covid-19-return-to-school> (disponible en varios idiomas).

Para obtener más información sobre las directrices relacionadas con el lavado de manos, limpieza e ideas sobre el distanciamiento físico en centros de cuidado infantil, visite: <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/childcare-schools>

Centros de cuidado infantil

Los propietarios y/u operadores, y el personal de centros de cuidado infantil desempeñan un papel clave en la protección de niños y en la reducción del impacto de la infección y la enfermedad. Los centros de cuidados infantiles deberán tomar precauciones adicionales para mantener la salud y la seguridad de sus empleados y de los niños a los que cuidan. El Plan de reactivación de B.C. ofrece información sobre el proceso por fases que la Provincia ha elaborado para la reapertura de diferentes sectores.

Los centros de cuidado infantil y las escuelas pueden operar de manera segura siguiendo los principios de la salud pública tales como:

- quedarse en casa cuando está enfermo
- promover el distanciamiento físico y minimizar el contacto físico
- practicar la buena higiene de manos y la etiqueta respiratoria y
- limpiar y desinfectar de manera frecuente

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300





Coronavirus COVID-19

Centro de BC para el Control de Enfermedades | Ministerio de Salud de Columbia Británica



Para ver más información, visite: <http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/childcare-schools>

Visitas a centros de cuidados a largo plazo

Los residentes pueden tener visitas con un familiar o amigo.

Los protocolos generales para los visitantes incluyen lo siguiente:

- No realice la visita si se encuentra enfermo/a o presenta síntomas del COVID-19, o si se está autoaislando porque puede haber estado expuesto/a, o ha viajado recientemente
- Las visitas deben realizarse con cita previa
- Antes de cada visita, los visitantes serán examinados para detectar signos y síntomas de alguna enfermedad, incluyendo el COVID-19
- Se solicita que todos los visitantes traigan y lleven puesta una mascarilla
- Los visitantes deben limpiarse las manos antes y después de la visita
- Las visitas se llevarán a cabo en “zonas de reunión” específicas que serán organizadas por cada residencia
- Los visitantes deben mantener la distancia de 2 metros (el equivalente del largo de dos brazos) de los demás
- No se permitirán visitas si hay un brote activo de COVID-19 en la residencia.

Los amigos y familiares deben contactar con la residencia para recibir instrucciones específicas.

21 de agosto de 2020



Ministry of Health



BC Centre for Disease Control

Si tiene fiebre, tos reciente, o si tiene dificultad para respirar, llame al 8-1-1.

Non-medical inquiries (ex. travel, physical distancing): 1-888-COVID19 (1888-268-4319) or text 604-630-0300

